



Tételes étlap 2025.01.27. - 2025.02.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2025. 01. 27. hétfő (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)	T Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Gépsonka,orsi sonka *	196,43	46,99	6,78	2,13	0,73	0,12	0,00	0,33		
	Liga margarin tejmentes	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20		
	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	409,99	0,00	3,58	0,55	0,04	19,59	0,00	0,41		
	E Tarhonyaleves 7-10év	1 734,29	404,13	10,58	14,99	2,76	54,92	0,00	4,63		
	Zöldbabfőzelék TM mir*	803,95	192,33	6,73	5,31	0,63	28,93	4,00	2,96		
	Vagdalt * 7-10év	1 912,19	457,46	21,27	22,25	7,33	38,46	0,00	3,32		
	U Magvas kenyér 0,5kg	688,82	164,79	7,20	2,85	0,65	27,38	0,00	0,99		
	Alma *	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
	Sonkakrém diéta x	401,89	76,25	3,08	8,90	2,44	0,80	0,00	0,50		
	Összesen:	6 979,58	1 541,00	60,11	71,40	18,38	186,04	13,99	13,35		





2025. 01. 28. kedd (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)												
T	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
	Zalai felvágott *	307,31	0,00	4,68	5,97	2,18	0,18	0,00	0,75			
	Liga margarin tejmentes	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20			
	Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00			
E	Sertésraguleves 7-10év	1 011,11	241,89	10,70	16,71	4,22	11,59	0,00	2,02			
	Darásmetélt ízzel*7-10év	3 585,29	857,73	20,89	13,28	1,98	162,58	41,14	2,10			
	Alma *	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01			
U	Tojáskrém* (tejmentes)	136,97	32,76	1,67	2,74	0,71	0,31	0,00	0,95			
	Kenyer 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01			
	Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	Összesen:	6 961,76	1 591,98	48,73	54,02	13,04	243,40	51,13	8,04			
2025. 01. 29. szerda (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)												
T	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00			
	Főtt virsli	780,00	186,60	9,75	15,60	5,97	0,15	0,00	2,01			
	Kifli kicsi 50g	258,97	61,95	2,50	0,31	0,00	13,00	0,00	0,00			
	Ketchup*	90,72	21,70	0,42	0,08	0,01	4,80	2,80	0,43			
E	Vegyes gyüm.levesmir.TM *	512,67	122,64	2,01	0,22	0,06	27,61	13,66	0,59			
	Rizseshús*7-10év	2 833,53	677,88	25,83	27,96	8,99	79,91	0,00	1,66			
	Savanyú uborka *	28,77	6,88	0,30	0,05	0,00	1,30	0,00	1,20			





2025. 01. 29. szerda		2025. 01. 30. csütörtök								
(00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)		(00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)								
U	Teljes kiőrlésű kenyér 0,75	409,99	0,00	3,58	0,55	0,04	19,59	0,00	0,41	
	Alma *	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
	Csirkemell sonka	163,04	0,00	6,66	0,42	0,16	2,10	0,00	0,69	
	Összesen:	5 407,57	1 156,57	51,98	45,69	15,23	165,62	26,45	7,00	
T	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00	
	Sonka szalámi	26,78	6,41	0,85	0,33	0,00	0,01	0,00	0,13	
	Liga margarin tejmentes	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Magvas kenyér 0,5kg	688,82	164,79	7,20	2,85	0,65	27,38	0,00	0,99	
E	Zöldborsófőzelék tejQ 7-10év	1 780,12	404,98	10,82	24,35	2,83	40,13	5,99	1,50	
	Tárk. zöldségleves LM*	514,25	123,02	3,65	6,12	0,72	12,84	0,00	1,64	
	Bundás mackó sütőben 7-10év	1 895,60	451,49	11,20	43,71	0,42	0,32	0,00	4,48	
	Müzli szelet *	320,88	76,77	1,20	2,80	0,00	11,60	4,00	0,00	
U	Méz kg-os *	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00	
	Kenyer 0,75kg	548,52	131,23	5,00	0,40	0,15	26,75	0,00	1,01	
	Üdítő 2 dl*	3,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,08	
	Liga margarin tejmentes	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
	Összesen:	7 298,74	1 722,43	40,61	108,66	12,37	145,75	36,18	10,23	





2025. 01. 31. péntek (00037) Tejmentes alsós (ebéd-usi)	T	Gyümölcs tea 7-10év	184,47	44,13	0,53	0,10	0,00	10,16	9,99	0,00	
		Minijam 30.g *	284,27	68,01	0,39	0,00	0,00	16,20	12,27	0,02	
		Liga margarin tejmentes	531,22	127,09	0,04	14,00	3,80	0,08	0,00	0,20	
		Félbarna kenyér	540,54	129,32	4,90	0,50	0,00	26,15	0,00	1,00	
	E	Zöldborsóleves mir.*7-10év	861,17	206,02	7,56	10,24	1,15	19,94	0,00	2,75	
		Debreceni tokány* 7-10év	2 098,39	502,01	24,12	42,79	14,43	4,51	0,00	2,83	
		Párolt rizsköret 7-10év	1 707,00	408,37	8,09	6,81	0,80	78,01	0,00	1,89	
	U	Zsemle 100g	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Tv paprika	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
		Párizsi klf.*	194,10	46,44	5,10	0,84	0,27	1,26	0,00	0,00	
		Összesen:	6 401,16	1 531,39	50,73	75,28	20,45	156,31	22,26	8,69	

Kukla Imréné

.....

Élelmezési

Szabó Orsolya

.....

Vezető

Nagy Mónika

.....

Gazdaságvezető

osztályvezető

dietetikus

